

ementa de abril
semana de 08/04/2024 a 12/04/2024

dia	componente	descrição da refeição / alimentos
2ª-feira 8/abr	Sopa	Creme de couve-flor e cenoura
	Prato principal	Massa macarronete com atum em molho de tomate e cenoura gratinada no forno
	Prato vegetariano	Massa macarronete com lentilhas em molho de tomate e cenoura gratinada no forno
	Salada	Salada de alface, milho, couve-roxa e cebola
	Sobremesa	Banana, maçã e laranja
3ª-feira 9/abr	Sopa	Sopa de alho francês
	Prato principal	Strogonoff de frango e cogumelos com arroz
	Prato vegetariano	Strogonoff de grão-de-bico e cogumelos com arroz
	Salada	Salada de alface, tomate, cenoura ralada e cebola
	Sobremesa	Abacaxi, pera e clementina
4ª-feira 10/abr	Sopa	Sopa de couve lombarda com feijão-branco
	Prato principal	Salmão no forno com batata, brócolos e cenoura cozidos
	Prato vegetariano	Estufado de grão, tomate e alho-francês com batata, brócolos e cenoura cozidos
	Salada	Salada de alface, tomate e cebola
	Sobremesa	Maçã, pera e kiwi
5ª-feira 11/abr	Sopa	Sopa de espinafres
	Prato principal	Almôndegas mistas (porco e vaca) estufadas com massa esparguete
	Prato vegetariano	Almôndegas vegetarianas estufadas com massa esparguete
	Salada	Salada de alface, tomate, pepino, beterraba (cozida) e cebola
	Sobremesa	Banana, laranja e melão
6ª-feira 12/abr	Sopa	Creme de brócolos
	Prato principal	Medalhões de pescada no forno com molho de orégãos e arroz de ervilhas
	Prato vegetariano	Cogumelos no forno com molho de orégãos e arroz de ervilhas
	Salada	Salada algarvia (tomate, pepino, pimento e cebola)
	Sobremesa	Maçã, clementina, pera e gelatina

Observações:

Esta ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos, mantendo-se, sempre que possível o mesmo tipo de fornecedor proteico (carne / peixe / ovo / leguminosa) e o acompanhamento definido (entre batata / arroz ou massa). As refeições poderão ser sujeitas a ajustes, a quem solicitar, mediante indicação médica.

É disponibilizada uma unidade de pão à refeição.

É disponibilizada água à refeição.

A capacitação deve ser ajustada à faixa etária / desenvolvimento individual da criança / jovem

